



HIV ➤ Tanıtım

- 1.1 Biliyormuydunuz?
- 1.2 HIV ile AIDS arasında ne fark vardır?
- 1.3 HIV nasıl bulaşır?
- 1.4 HIV enfeksiyonundan nasıl kaçınabilirim?
- 1.5 HIV bende varmı nasıl bilebilirim?
- 1.6 Başkasında HIV/AIDS olduğunu nasıl bilebilirim?
- 1.7 Yurt dışı seyahat
- 1.8 Tercüman kullanmak

1.1 Biliyormuydunuz?

- HIV, AIDS' e sebep olan virüstür.
- İnsanın yaşına, derisinin rengine, kültürel geçmişine ve dinine bakmadan HIV/AIDS herkesi etkiler.
- Dünya çapında:
 - 34 milyondan fazla HIV/AIDS'le yaşayan insan vardır. Bunların yarısından fazlası kadın ve çocuktur.
 - HIV'nin önde gelen yayılma yolu, erkek ve kadın arasındaki cinsel ilişkidir.
- Avustralya'da:
 - 24 binden fazla HIV/AIDS ile yaşayan insan vardır.
 - HIV çoğunlukla erkekler arasındaki cinsel ilişki ile bulaşmıştır. Ancak bulaşma erkek ve kadın arasındaki cinsel ilişki yoluyla da artmaktadır.
- HIV için etkili tedaviler vardır ve insanlar uzun ve sağlıklı bir hayat yaşayabilirler.
- Anüs yoluyla veya vajinal cinsel ilişkide kondom kullanmak; iğne, şırınga gibi enjeksiyon aletlerini paylaşmamak, HIV virüsünden kendinizi korumanın en etkili yollarıdır.

1.2 HIV ile AIDS arasında ne fark vardır?

HIV/AIDS çoğunlukla birlikte yazılır ve tek anlamlı bir kelime gibi düşünülür. Ancak HIV ve AIDS ayrı şeylerdir.

HIV İnsan Bağışıklık Yetmezlik Virüsü anlamına gelir. HIV insanın kan dolaşımına girince enfeksiyon kapılır ve o insan HIV (HIV pozitif) olur.

HIV vücudunuzun hastalıklara ve mikroplara karşı geliştirdiği bağışıklık sistemini saldırır. Kişilerin bağışıklık sistemi ciddi bir şekilde zarar görmüşse virüs tarafından, o kişilerde AIDS (Edinilmiş Bağışıklık Yetersizliği Sendromu) oluşur. Bu, normalde vücutlarının başarıyla üstesinden gelecekleri enfeksiyon ve hastalıkları muhtemelen kapacakları anlamına gelir.

HIV teşhisi konulması, o kişinin AIDS olduğu ve öleceği anlamına gelmez. Tedaviler bağışıklık sistemindeki zararı yavaşlatır ve böylece HIV'i olan insanlar sağlıklı ve tatmin edici bir hayat yaşayabilirler.

1.3 HIV nasıl bulaşır?

HIV enfeksiyonu kan, sperma, vajina salgıları ve anne sütü gibi vücut sıvılarında bulunur. HIV'nin bulaşması, ancak virüs taşıyan bir insanın vücut sıvılarının başka bir insanın kan dolaşımına girmesiyle olur.

HIV şu yollarla **bulaşabilir**:

- Korunmasız seks (kondomsuz cinsel ilişki) ile.
- İğne, şırınga ve diğer uyuşturucu madde kullanım araçlarını başkalarıyla paylaşarak.
- Sterilize edilmemiş vücut delici ve dövme yapan aletler kullanarak.
- Anneden çocuğa; hamilelikte, doğum yaparken veya bebeği emzirmekle.
- Kan nakli ve kan ürünleri ile diğer bazı ülkelerde. **Avustralya'da kan nakli ve kan ürünleri güvenlidir.**

HIV şu yollarla **bulaşmaz**:

- Öksürmek
- Hapşırma
- Öpüşmek
- Tükürmek
- Ağlamak
- Çatal, bıçak, kap-kacak gibi şeyleri paylaşmak
- Yatak örtüleri
- Tuvalet
- Banyo
- Sivrisinek gibi böcekler HIV bulaşmaz.

1.4 HIV enfeksiyonundan nasıl kaçınabilirim?

Seks

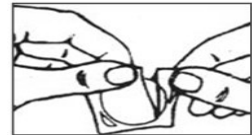
HIV pozitif olan bir insanla korunmasız cinsel ilişki (prezervatifsiz seks) sırasında, vajina, penis veya anüs yüzeyindeki gözle görülemeyen kesik ve sıyrıklar aracılığıyla HIV bulaşabilir.

HIV'nin bulaşmasını önlemek için **korunmalı seks** uygulamalıdır:

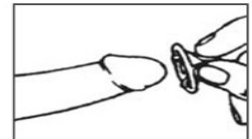
- Vajinal yoldan veya anüs yoluyla seks yaparken her zaman yeni prezervatif ve su esaslı kayganlaştırıcı madde (KY jelly veya Wetstuff) kullan. Bu aynı zamanda diğer birçok cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlara karşı da sizi korur.

Kondom nasıl kullanılır?

1. Paketi açarken kondomu yırtmamaya dikkat edin.



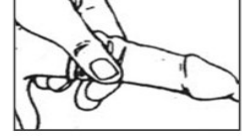
2. Kondomun üst ucunu parmaklarınızla sıkıp içindeki havayı çıkartın ve kondomu penisin ucuna takıp penisin tabanına kadar yuvarlayın (eğer sünnet derisi varsa bunu geri çekip kondomu ondan sonra penis tabanına kadar yuvarlayın).



3. Kondomu taktıktan sonra su esaslı kayganlaştırıcı maddeyi kondomun üzerine sürün.



4. Penisini geri çekerken kondomu dibinden tutup spermanın dökülmesini önleyin.



5. Kondomu çöpe atın. Asla kullanılmış prezervatifi tekrar kullanmayın.



Uyuşturucu maddeleri iğneyle kullanmak, vücut delmeleri ve dövme yaptırmak

HIV iğne ve şırınga paylaşmaktan geçebilir, dövme yapmak ve vücut delmek için kullanılan iğnelere de HIV kapılabilir.

İğneyle uyuşturucu kullanırken HIV bulaşmasını önlemek için:

- İğne, şırınga ve kullanılan diğer gereçleri paylaşmayın.

Dövme yaptırırken veya vücudunuzu deldirirken HIV bulaşmasını önlemek için:

- Ruhsatlı bir stüdyoya (tescilli stüdyoya) gidiniz, çünkü buralarda iğneler ve kullanılan gereçler ya doğru düğün sterilize edilir veya kullanıldıktan sonra atılır. Bunu yapmak sizi hepatit B ve C gibi başka virüslerden de korur.

Anneden çocuğa

HIV, HIV pozitif bir anneden çocuğuna hamilelikte, doğum yaparken ve bebeğini emzirirken geçebilir. Avustralya'da, anneden bebeğe HIV bulaşmasını önlemek için, HIV'li olan hamile kadınlara, hamilelikleri sırasında HIV tedavisi uygulanır ve doğumlarını sezaryenla yaparlar. Eğer HIV pozitifseniz ve hamileyseniz veya hamile kalmayı planlıyorsanız doktorunuzla bir an önce görüşmeniz çok önemlidir.

HIV'li olan annelerin bebeklerini emzirmemeleri tavsiye edilir. Bebeğinizi başka yöntemlerle besleme hakkında doktorunuzla konuşun.

Kan nakli ve/veya kan ürünleri

Avustralya'da kan nakli güvenlidir. Bağışlanan kan ve bütün kan ürünleri HIV testinden geçirilir ve HIV pozitif olan kişiler kan bağışlayamazlar. Ancak bazı ülkelerde kan nakli güvenli olmayabilir.

1.5 HIV bende varmı nasıl bilebilirim?

Kan tahlili yaptırarak öğrenebilirsiniz. Değişik türlerde tahliller mevcuttur. Doktorunuzla sizin için hangisinin daha iyi olduğunu konuşun.

HIV tahlili Avustralya çapında bulunan cinsel sağlık kliniklerinde ücretsiz olarak mevcuttur. Cinsel sağlık kliniklerinde isminizi vermeniz ve medicare kartınızı göstermeniz şart değildir. Bu tahlili doktorunuzdan da rica edebilirsiniz.

Kesin gizlilik her zaman garanti edilmiştir. Avustralya'da bir sağlık profesyonelinin sizin özel bilgilerinizi başkaları ile paylaşması hukuka aykırıdır.

1.6 Başkasında HIV/AIDS olduğunu nasıl bilebilirim?

Sırf bakmakla birisinde HIV/AIDS varmı yokmu bilemezsiniz. Virüslü olan çok kimse sağlıklı görünüp hastalık belirtisi göstermez. HIV virüsü taşıyan pekçok kimse bu gerçeğin farkında değildir. Gerçekten bilmenin tek yolu HIV testi yaptırmaktır.

1.7 Yurt dışı seyahat ve HIV/AIDS

HIV/AIDS dünyadaki her ülkede vardır. Nereye seyahat ederseniz edin seks yaparken her zaman preservatif ve su esaslı kayganlaştırıcı madde kullanın (korunmalı seks). Başkalarıyla enjeksiyon aletleri, şırınga ve iğne paylaşmayın. Eğer döğme ve vücut delmeleri yaptırırsanız, kullanılan aletlerin sterilize edildiğinden emin olun.

1.8 Tercüman kullanmak

Sağlık görevlileri ve diğer servislerle görüşürken bir tercüman kullanabilirsiniz.

Tercüman kullanmak size şu yönlerden faydalı olabilir:

- Size söylenenlerin hepsini anlamanıza
- Sizin bütün söylediklerinizin kesin bir şekilde anlaşılmasına
- Sorular sormanıza ve yanıtlarını almanıza
- Testler veya tedavi için izin vermenize.

Tercümanların gizliliği korumaları zorunluluğu vardır.

Sağlık görevlisiyle randevu yaptığınızda, servisten bir tercüman isteğinde bulunun.

Avustralya'nın her yerinde telefon tercümanları (TIS National) buundur.

Konuşmak istediğiniz servise tercüman aracılığıyla bağlanmak için 131 450 numaralı telefonu arayınız (şehir içi arası telefon bağlanma fiyatına).

